



# curso de **Gestor da Felicidade**



## JÁ OUVISTE FALAR NO HAPPINESS MANAGER?

Desenvolver um ambiente saudável e em harmonia humana, que permita aos colaboradores da empresa sentirem-se verdadeiramente felizes no local de trabalho é um dos objectivos diários da pessoa que ocupa a função de Gestor da Felicidade numa empresa.

Para que esta função seja munida de ferramentas mais especializadas criámos um curso exclusivo onde ensinamos sobre como dinamizar a Felicidade no Trabalho!

### ESTE CURSO É PARA TI?

Este curso foi pensado e estruturado para aqueles que formal ou informalmente tem à sua responsabilidade a promoção de ambientes de trabalho Felizes.

O foco deste curso são os gestores de equipas, profissionais de recursos humanos e/ou formação ou outros profissionais que ocupem ou pretendam desempenhar o papel de gestor de felicidade no seu contexto de trabalho. Mas qualquer pessoa pode inscrever-se neste curso e aprender mais sobre este tema.



CONTACTA-NOS  
**CORPORATE@LARANJA.BIZ**  
**963063978**  
WWW.LARANJA.BIZ

# PARTILHA FELICIDADE!

## O QUE VAIS APRENDER?

Este curso segue um plano de aprendizagem com os seguintes objectivos:

No final do curso os profissionais devem atuar de forma proactiva e pro felicidade na dinamização dos grupos de trabalho, adequando a comunicação aos diferentes estilos dos elementos das equipas de trabalho, tendo a capacidade de se adaptarem e fazerem adaptar a uma atitude de alegria, de elogio e de bem-estar no local de trabalho.

Os gestores da felicidade devem compreender as diferentes pessoas da equipa e obterem a participação da equipa na construção de atividades que possam completar as diferentes necessidades e preferências individuais.

Os gestores da felicidade devem ter a capacidade de promover com ferramentas simples como o riso, a comunicação, o ritmo, entre outras, um ambiente cooperativo e colaborativo onde todos se sentem integrados em participar na melhoria do local de trabalho e dos resultados da empresa.

Os gestores da felicidade devem ter a capacidade de transformar as atividades que elevem a competição num objeto de trabalho saudável, promovendo atitudes de promoção de redução e compensação do stress laboral.



Com a organização







CONTACTA-NOS  
**CORPORATE@LARANJA.BIZ**  
**963063978**  
WWW.LARANJA.BIZ

# LIDERA A FELICIDADE!

## O PROGRAMA QUE VAI MUDAR O TEU TRABALHO

1. Felicidade no Trabalho
  - O que é o Gestor da Felicidade
  - FIB (Felicidade Interna Bruta) – Felicidade no trabalho, como e porquê
2. Comunicação Positiva
  - Dinâmicas da comunicação – Compreender-nos nas diferenças
  - Resignificar positivamente
  - O elogio e a promoção de bem-estar
3. O Poder da Alegria
  - A alegria como promotora de dinâmica pro-felicidade
    - Benefícios do exercício do riso
    - Técnicas de Risoterapia para o dia a dia
  - Energização do grupo e dos espaços de trabalho com os quatro elementos da alegria
  - A meditação como extensão da alegria

4. Desenvolver equipas felizes
  - Dinâmicas de Grupo e Gamification no desenvolvimento de competências e dos relacionamentos organizacionais
5. Projecto final
  - Desenvolvimento em contexto sala de um pequeno projeto para implementar no local de trabalho

## CARGA HORÁRIA

8 Horas

## CONDIÇÕES

As ações decorrem com o mínimo de 3 participantes.  
É emitido certificado de Formação.

Uma criação



Com a organização





CONTACTA-NOS  
**CORPORATE@LARANJA.BIZ**  
**963063978**  
WWW.LARANJA.BIZ

# TRABALHA FELIZ!

## COMO TRABALHAMOS NESTE CURSO?

Esta é uma formação teórico-prática e vivencial.

Para consolidação e contextualização da formação, são realizadas apresentações expositivas de contexto formativo das técnicas a utilizar.

Este curso utiliza ferramentas de trabalho baseadas na intervenção da Psicologia Positiva, Programação Neurolinguística, Risoterapia entre outras, aplicadas à Liderança e Integração nas Organizações.

Acompanha um treino intensivo, através dos exercícios realizados em grupo e individualmente, para melhor apreensão da aprendizagem proposta.

Com a documentação de apoio., a aprendizagem pode ser revista e consolidada ao longo do tempo.

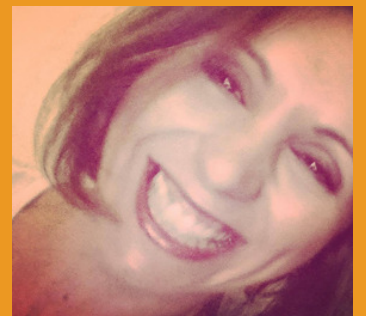
## VALOR

- 180 € para inscrições nas ações em agenda.
- Para formação dedicada na sua empresa, peça o seu orçamento para [corporate@laranja.biz](mailto:corporate@laranja.biz).

## A FORMADORA

*Judite Resende*

Formadora  
Certificada, Life  
Coach e  
Risoterapeuta  
com 10 anos de  
experiência no  
Desenvolvimento  
e Motivação de  
Pessoas.



Uma criação



Com a organização

